



PROTOCOL COVID

CURSA D'ORIENTACIÓ D'AIGUAVIVA

23 DE MAIG DE 2021

SEGONS PROTOCOL PER A LA MINORACIÓ DEL RISC DE CONTAGI DE COVID-19 EN LA PRÀCTICA ESPORTIVA I COMPETICIÓ DE LES CURSES D'ORIENTACIÓ v1.0 2020 / 07 / 15

Basem aquest protocol en els 3 eixos fonamentals per garantir la seguretat de les persones enfront la COVID19:

1. Ús de la mascareta
2. Respectar la distància de seguretat interpersonal
3. Garantir la higiene de mans

MESURES GENERALS

Totes les persones participants han de ser responsables de complir amb aquestes mesures generals, tant pel seu propi benestar com pel benestar de la resta de participants. Cadascuna d'elles ha acceptat per escrit el "Pla de Retorn de les Curses d'Orientació" de la Federació de Curses d'Orientació de Catalunya i la Unió de Federacions Esportives de Catalunya (ja sigui mitjançant la inscripció a la plataforma digital o bé la inscripció el mateix dia de la cursa).

Alhora, el respecte i compliment d'aquestes mesures faran possible que puguem seguir realitzant esdeveniments esportius i gaudir del nostre esport, que tants beneficis ens aporta a tots els nivells.

Durant el dia de la cursa preguem que les persones inscrites respectin unes mesures generals de protecció contra la COVID:

- No es recomana l'assistència de persones de risc als esdeveniments esportius.
- Les persones diagnosticades o malaltes per COVID-19, que no hagin superat la malaltia o sense alta mèdica no podran participar en l'esdeveniment esportiu sigui quina sigui la seva funció. Tampoc podran assistir-hi aquelles persones que sense estar malaltes o diagnosticades hagin tingut contacte amb algun malalt i no hagin passat la quarantena.
- Si qualsevol persona en l'esdeveniment manifesta símptomes, com febre o tos persistent, haurà d'abandonar l'esdeveniment o bé posar-se en mans del personal sanitari.

ÚS DE LA MASCARETA

L'ús de la mascareta serà obligatori en tot moment per totes les persones majors de 6a., tant participants com organitzadors o altres persones que es puguin apropar a la zona on es realitza l'esdeveniment.



Cal dur-la en tot moment i en tos els espais:

- En la zona de pàrquing.
- En la zona d'inscripcions.
- En el tram de camí des de la zona de concentració fins a la sortida.
- Un cop creuada la línia de meta i fins a la zona de concentració.

Només es podrà anar sense mascareta en les següents situacions:

- a la zona de SORTIDA quan ja s'hagi entrat dins el minut -1 (just a l'entrar i abans d'agafar el mapa).
- a la zona d'ARRIBADA per poder recuperar l'alè un cop finalitzada la cursa, sempre intentant garantir la distància de seguretat amb la resta de corredors/es que hagin arribat i encara estiguin recuperant-se → hi haurà una zona de recuperació delimitada.
- EXCEPCIONS: persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.

DISTÀNCIA DE SEGURETAT

Tots els corredors/es han de mantenir la distància de seguretat en les zones compartides, evitant concentracions excessives de gent.

Per tal de poder garantir aquest aspecte, optem per aplicar diverses mesures:

- CENTRE DE COMPETICIÓ:
 - El centre de competició estarà simplificat només a una carpa d'inscripcions per aquelles persones que tinguin alguna incidència a resoldre o aquelles que hagin de realitzar una nova inscripció.
 - Per la realització de noves inscripcions utilitzarem un FORMULARI GOOGLE, al qual es podrà accedir mitjançant un codi QR que facilitarem a la zona de competició. Un cop omplert el formulari d'inscripcions caldrà dirigir-se a la carpa per fer el PAGAMENT (1 PERSONA DE CADA GRUP)
 - Les pinces SI de lloguer es lliuraran i recolliran mitjançant un suport intermedi (safata o similar), sense contacte físic. Es desinfectaran abans i després del seu ús.
 - No s'utilitzaran dorsals.
 - No hi haurà pantalla de resultats ni tampoc llistats en paper → es podran consultar els resultats en línia a través de la web www.aligots.cat/resultats
 - Agraïrem a totes les persones que participin, que un cop realitzada la seva cursa vagin abandonant la zona de competició i l'aparcament.
 - No hi haurà servei de guarderia.



- SORTIDES:

- No hi haurà exposats llistats d'hores de sortides ni a la zona de cursa ni tampoc a la zona de sortida, es podran consultar en línia a través de la web www.aligots.cat/horesdesortida
- Les sortides seran separades en el temps, com ja és habitual.
- En el minut -1 de recollida de mapes les safates de mapes estaran separades 2m entre elles, i els corredors/es s'hauran de quedar al costat de la seva safata fins que soni el rellotge de sortida. Serà un membre de l'organització el que els doni el mapa, en cap cas els participants podran agafar-lo directament de la safata. UN COP REBUT EL MAPA, EL CORREDOR/A HA DE COMPROVAR QUE SIGUI EL MAPA DE LA SEVA CATEGORIA – EL CORREDOR/A ÉS EL RESPONSABLE DE TENIR EL MAPA QUE LI PERTOCA.
- Es seguirà el mateix criteri d'amplitud d'espais en el minut -3 i el minut -2 i demanem que siguin els corredors/es que respectin les distàncies.
- NO hi haurà descripció de controls de mà, només estarà impresa en el mapa.
- Els/les participants de les categories D60/H60 i superiors tindran una sortida específica diferent de la resta de categories.
- Agraïem als corredors/es que evitin aglomeracions a la zona de sortida, respectant distàncies de seguretat i afavorint alhora a la creació del clima de silenci i de concentració propi d'aquest moment de la cursa.

- AVITUALLAMENT

- No hi haurà avituallaments en cursa ni tampoc a l'arribada, cada corredor/a ha de dur el seu sistema d'hidratació personal si ho considera oportú.

- ENTREGA DE PREMIS:

- No hi haurà entrega de premis.
- Es repartirà un obsequi a totes les persones participants, que s'entregarà en el moment de l'arribada a mesura que els corredors/es vagin arribant.

HIGIENE DE MANS

Posarem a disposició de tots els corredors/es gel hidroalcohòlic en diferents punts de la zona de cursa:

- carpa inscripcions
- wc
- zona de sortida: en aquest punt serà OBLIGATÒRIA la neteja de mans abans d'entrar en el minut -3
- zona d'arribada